

# KOPF UND HERZ FÜR MÖDLING



# DIE KOLONIE

Kostenloses Mitteilungsblatt für alle Freunde des Vereins zur Erhaltung der Kolonie



Im neuen Glanz zeigen sich die ersten renovierten Häuser in der Kolonie. Passanten die durch die Kolonie kommen, äußern sich anerkennend über das gefällige Aussehen der Häuser.

## SPEZIELLES VON DER KOLONIE

Die erste Etappe der Renovierung der Kolonie wurde mit den Häusern Hartigstraße Nr. 32 und 33 abgeschlossen.

Mit der zweiten Etappe der Renovierung der Häuser in der Kolonie wurde begonnen. Bis Jahresende sollen bei den Häusern Hartigstraße Nr. 27, 28, 29, 30, 31, 36 und Dr. Robert Koch-Gasse Nr. 30, 32, 34, 36 die Dächer instandgesetzt werden. Wetterbedingt wird die Trockenlegung und die Arbeiten an der Fassade erst im Frühjahr 1984

vorgenommen um den Bewohnern in der schlechten Jahreszeit eine zusätzliche Belastung zu ersparen.

An die Bewohner des zur Renovierung vorgesehenen Hauses ergeht von der Genossenschaft eine Mitteilung über den Beginn der Arbeiten.

Nochmals sei in Erinnerung gebracht, daß die Errichtung von Zubauten sowie die Installierung von Leitungen noch vor der Renovierung der Fassade durchgeführt werden müssen. Nach der Renovierung eines Hauses sind derartige Vorhaben erst nach 5 Jahren wieder möglich.

Es könnte eine wesentlich schnellere und zielführende



Renovierung der Kolonie vorgenommen werden, wenn endlich Bund und Land die zugesagten Mittel auch zur Verfügung stellen würden.

Mitte September wird eine Begehung der Kolonie bezüglich der Gestaltung der Gärten, Baumscheiben und Fenster durchgeführt. Eine Jury unter Leitung von Stadtgärtnermeister Richard Rauch wird jeweils die drei besten ermit-

teln, die vom Verein zur Erhaltung der Kolonie als Anerkennung ein Geschenk erhalten.

Vom Verein zur Erhaltung der Kolonie wurden Blumenkisterln angekauft und werden an den jeweils renovierten Häusern montiert. Es ergeht hier an die Wohnungseigentümer die Bitte, die Kisterln mit Blumen zu bepflanzen um der Kolonie ein schönes Aussehen zu geben.



**HEILPFLANZEN HEUTE**  
von Dr. Karl Pflieger

**9. Folge**

Liebe Leser, ich möchte in dieser Folge einen völlig anderen Themenkreis, sozusagen ein heißes Eisen, anfassen, das geradezu charakteristisch ist für unsere Zeit. Es ist dies die Streßbelastung, die Nervosität, die Schlafstörungen und die damit zusammenhängenden Symptome, die unser allgemeines Wohlbefinden stark beeinträchtigen und heute schon bei Schulkindern in erschreckendem Maße auftreten. Es ist heute allgemein bekannt, daß durch dauernde Reizüberlastung Magengeschwüre, Verdauungsstörungen, Kopfschmerzen, Herz- und Kreislaufbeschwerden usw. entstehen können, wobei die Krankheitsursachen ausschließlich im seelischen Bereich zu suchen sind. Hier wird es vor allem einmal darauf ankommen, die psychische Ausgewogenheit wiederzuerlangen. Jetzt einmal abgesehen von schweren tiefgreifenden Störungen, wo uns der Arzt mit Hilfe der mannigfaltigen speziellen Präpa-

rate, die ganz gezielt von der pharmazeutischen Forschung dafür entwickelt werden, helfen kann, trägt in den leichteren Fällen die Natur mit ihren Heilpflanzen ebenfalls ihr Schärfflein bei. Sie liefert uns Nervenberuhigungsmittel in großer Zahl und reicher Auswahl, die vorwiegend zur Dämpfung von nervösen Erregungszuständen und auch zur Förderung des Einschlafens dienen.

Ich möchte heute den Baldrian herausgreifen, eine in ganz Mitteleuropa beheimatete Pflanze, die etwa 1 1/2 m hoch wird. Die Blätter sind gegenständig, fiederschnittig, die Blüte klein, rötlichweiß und in vielblütigen Blütenständen angeordnet.

Die arzneilich verwendete Droge (die Baldrianwurzel) wird hauptsächlich aus Kulturen gewonnen.

So ist die Baldrianwurzel gerade in jüngster Zeit wieder ins Interesse der Wissenschaft gelangt. Und es konnte dabei auch eindeutig festgestellt werden, daß Baldrian im Gegensatz zu früheren Behauptungen tatsächlich wirksam ist, sogar erstaunlich gut wirksam ist. Die Inhaltsstoffe die dafür verantwortlich sind, sind vor allem die Valepotriate, ätherisches Öl, und ein krampflösender Stoff. Interessenthalber darf ich noch erwähnen, daß keiner der Inhaltsstoffe für sich allein entscheidend wirksam ist, sondern nur im Konzept sozusagen mit allem anderen, eine beeindruckende, gute Wirkung zeigt. Baldrian wirkt vor allem bei nervösen Reizzuständen, bei Schlaflosigkeit, bei nervösem Herzklopfen und so weiter. Oft fühlen sich Patienten, die unter nervöser Unruhe leiden, nach der Einnahme von Baldrian nicht müde, sondern angenehm und wohlthuend erfrischt.

Anwenden kann man Baldrian sowohl als Tee, als auch in Form der Tinktur. Auch eine Mischung der Baldrianwur-

zel mit Melissenblättern zu gleichen Teilen, oder mit Hopfen, kann hier hervorragende Dienste leisten. Selbstverständlich stehen auch zahlreiche baldrian-hältige Fertig-  
arzneimittel zur Verfügung.

Von größter Wichtigkeit aber ist bei allen diesen Zubereitungen, eine vernünftige, womöglich von einem Arzt oder Apotheker vorgeschlagene Dosierung einzuhalten.



## FÜR DEN HOBBYGÄRTNER

von Gärtnermeister  
Richard Rauch

Zum Herbstbeginn möchte ich Ihnen in Erinnerung bringen, daß die Pflanzzeit für Nadelgehölze, immergrüne Laubgehölze und winterharte Blütenstauden beginnt. Für Rosen ist Mitte Oktober die beste Pflanzzeit. Rosen, die im Oktober gepflanzt werden, bilden noch vor Wintereintritt Wurzeln, so daß sie im Frühjahr stark antreiben. Für Rasen-Neuanlagen ist der September, dank der schon kühleren Tage und des Tauses der allerbeste Zeitpunkt. Wenn im Oktober der Laubfall einsetzt, muß man die Rasenfläche öfters abkehren. Feuchtes Laub hinterläßt Faulstellen auf dem Rasen. Bei dieser Gelegenheit mäht man nochmals den Rasen.

Bei der Ernte von Kernobstfrüchten möchte ich daran erinnern, daß man sie nicht von den Bäumen reißen darf, sondern leicht anhebt, damit sich der Fruchtstiel vom Fruchttrieb löst, ohne zu brechen. Löst sich der Stiel noch nicht, dann ist die Frucht noch nicht erntereif und daher geschmacklos. Ähnlich ist auch bei Pfirsichen zu verfahren. Bei der Ernte von Pflaumen und Zwetschken, die für den Frischgenuß bestimmt sind, sollen die Früchte nicht angefaßt werden, weil sonst Fingerabdrücke auf dem bläulichen, wachsartigen Überzug verbleiben. Man erntet also mit Stiel, indem man ihn anfaßt und vom Fruchtholz löst.

Der August ist der Monat, in dem die Obsternte beginnt. Einen vollen Genuß bieten die Früchte erst dann, wenn sie am Baum ihre richtige Reife erreichen. Zu früh geerntetes Obst hält sich zwar etwas länger, bleibt aber trocken und schmeckt fad. Wir kennen dies von dem Obst, das aus dem Ausland kommt, das im unreifen Zustand geerntet wird. Aber auch überreife Früchte verlieren viel von ihrem Aroma oder sie werden teigig und trocken. Es ist daher sehr wichtig, den richtigen Erntezeitpunkt zu finden. Da nicht alle Früchte eines Baumes gleichzeitig reifen – ein Vorteil für Selbstversorger – soll man alle Obstarten- und sorten mehrmals durchpflücken.

### Ein Blütenrausch: die Dahlien

Unvergleichlich ist jedes Jahr die Pracht der Dahlien. Für die Sorgfalt, die man ihnen angedeihen läßt, weil sie in unseren Breiten nicht im Freien überwintern können, entschädigen sie uns mit ihrem vielfältigen Blütenflor.

In den Gebirgen Mexikos und Guatemalas ist unsere Dahlie zu Hause und von dort kam sie im 18. Jahrhundert zu uns. Da sie sich auch in unseren Breiten ganz wohl fühlte, setzte sie auch hier willig Blüten an, so daß bald ein großes Sortiment zustande kam. Schon um 1806 gelang es einem Leipziger Hofgärtner, eine große Anzahl von einfachen und halbgefüllten Dahlien auf den Markt zu bringen. In keinem Garten sollte diese Pflanzenfamilie fehlen, die jahrzehntelang treu und verlässlich ihren Besitzer

erfreut, ob im Blumenbeet oder in der Blumenvase.

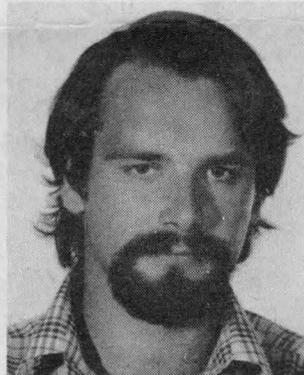
Dahlien benötigen einen tiefgründigen, altgedüngten, mit Hornspänen oder ähnlichem Handelsdünger angereicherten Boden und volle Sonne. Ausgepflanzt werden die Knollen erst ab Mitte Mai. Lassen Sie sich von einem sonnigen April nicht verleiten, denn sie brauchen Frostfreiheit und einen angewärmten Boden. Durch das frühe Pflanzen wird keineswegs Zeit gewonnen. Will man es aber dennoch versuchen, dann topfe man die Knollen in feuchten Torf oder Erde ein und treibe sie in einem mäßig hellen, mittelwarmen Raum vor. An einem feuchten Maitag pflanzt man sie dann ins Freie, wo die Knollen nicht tiefer als 3 cm mit Erde überdeckt werden.

Höhere Sorten werden gleich bei der Pflanzung mit einem Stock versehen. Um besonders kräftige Pflanzen zu bekommen, darf man bei Jungpflanzen nicht alle Triebe stehenlassen. Drei oder vier Triebe sind genug. Während der Blütezeit gebe man alle drei Wochen eine Volldüngerlösung. Verblühte Dahlienköpfe sofort entfernen.

Wenn nach dem ersten Nachtfrost im Herbst die Dahlienherlichkeit vorbei ist, dann die Knollen nicht sogleich ausgraben, sondern erst an einem schönen, trockenen Tag Ende Oktober, Anfang November. Das Trocknen der Knollen an der Sonne hilft eine Reihe von Krankheiten an der Dahlie zu vermeiden.

Nach der Überwinterung bzw. vor der Freilandauspflanzung werden dicht gewachsene Knollen zerteilt. Dies ist sehr wichtig und dient nicht nur zur Vermehrung sondern auch zur Verjüngung der Pflanze.

Dahlien sind wunderschöne Schnittblumen, sie halten sich lange in der Vase. Da sich Knospen aber nicht öffnen, achte man darauf, daß man nur vollerblühte Blüten schneidet. Alle Nebenknospen entfernen und nur ganz wenige Blätter am Stiel belassen. Man achte auf einen langen schrägen Schnitt.



## TIPS FÜR DEN AUTOFÄHRER

von Günther Führer

Jede zu starke Erwärmung oder Abkühlung belastet den Kreislauf, fahren Sie daher wenn möglich mit offenem Kragen. Durch den sogenannten „Kamineffekt“ vermeiden Sie einen Wärmestau.

Vor Tunnels werden wir regelmäßig erinnert, das Licht einzuschalten und nach der Durchfahrt wieder abzudrehen. Wir sollten aber auch daran erinnert werden, bei der Einfahrt in einen Tunnel die Sonnenbrille abzunehmen. Gerade der Übergang vom gleißenden Sonnenlicht in die Dunkelheit birgt einen gewaltigen Gefahremoment, weil sich das Auge der neuen Situation nicht so schnell anpassen kann.

Es genügt in dieser Jahreszeit nicht die Scheiben zu reinigen, denken Sie auch an die Scheinwerfer. Die Schmutzschicht absorbiert eine Menge Licht und dies geht auf Kosten der Sicherheit, Ihrer Sicherheit.

Ein ausscherender LKW ist der Alptraum eines jeden Autofahrers, aber gerade die großen Fahrzeuge nehmen PKW-Lenkern weitgehend die Sicht. Wenn Sie also zum Überholen eines LKW ansetzen, schauen Sie auf das linke Vorderrad, es zeigt Ihnen den Richtungswechsel an. Dicke Schuhsohlen sind zum Autofahren ungeeignet, ja sogar gefährlich. Im Hinblick auf die kommende Jahreszeit warne ich Sie, selbst kurze Strecken mit Schischuhen zu fahren.

## EIN ERNSTES PROBLEM

von Alt-Gemeindeart Friedrich Muster

Als Leser des Mitteilungsblattes erlaube ich mir, neben den bisherigen sicherlich sehr nützlichen Hinweisen ihrer geschätzten Mitarbeiter, ein anderes ernstes Problem zu bringen und hoffe auf weitgehendes Verständnis, daß dieser Beitrag für die Leser und Bewohner der Kolonie und deren Umgebung von regem Interesse sein dürfte. Diese Zeilen sind nicht erfunden oder aus einer Phantasie entsprungen, sie sind die reine Wahrheit, die uns alle ohne Ausnahme der Rasse, des Geschlechtes, des Alters oder Stellung aller Menschen, sonstigen Lebewesen sowie einschließlich der gesamten Natur betrifft. Viele Mitbürger haben in ihrem derzeitigen Wohlstandslieben keine Zeit mehr zu lesen, noch zuzuhören, wovon sie eines Tages betroffen werden könnten.

Die Welt beziffert sich zur Zeit auf vier Milliarden Erdbewohner.

Das gesamte schreckliche Waffenarsenal der Welt ermöglicht es, jeden Menschen auf dieser Erde 50 mal zu töten. Die Atomrüstung in Ost und West hat mittlerweile derartige ungeheure Energieanlagen angehäuft, die nach Berechnungen von Experten ausreicht, um

*7 Wochen lang jede Sekunde eine Bombe*

zu zünden. Teilt man die Sprengkraft auf die vier Milliarden Erdbewohner auf, so ergibt sich ein Pro-Kopfstand im Gegenwert von 3 Tonnen Trinitrotoluol (TNT). In einem Jahr werden auf der Welt für konventionelle und atomare Rüstung, rund 11 Billionen Schilling ausgegeben.

In einer Vortragsveranstaltung der „Ärzte gegen den Atomkrieg“ bezeichnete Prof. Dr. Dieter Koch-Weser von der Harvard Medical School aus USA, alle Vorstellungen als sinnlos, daß ein Atomkrieg gewonnen werden und die Geschädigten wieder „gesund machen“ könnte. Jeder einzelne Sprengkopf auf einer atomaren Mittelstreckenrakete habe die 140-fache Sprengkraft der Bombe von Hiroshima. Im Falle X wäre jede ärztliche Hilfe unmöglich, die Menschheit erlitte ihre letzte Epidemie. Die Krankenhäuser, die Laboratorien, die Blutkonserven, Krankenschwestern und Ärzte genau so tot oder im Sterben wie alle anderen Menschen. Die wenigen überlebenden Mediziner können angesichts von Panik und Verseuchung des Wassers und der Nahrung in den Resten dessen, was bliebe, gar nichts mehr tun.

Von einem „Leben danach“ sei keine Rede mehr. Nach einer Veranschaulichung der US-Akademie der Wissenschaften würde die Ozonschicht -die lebensnotwendige Sauerstoffschicht- der nördlichen Halbkugel zu 70 bis 80 Prozent zerstört, wenn in einer Woche nur 10 Prozent des nuklearen Potentials detonierten. Schon bei einer 20 prozentigen Zerstörung aber wären

### ALLE LEBEWESEN BLIND.

„...Ein chemischer Krieg in Europa endet mit MILLIONEN TOTEN!“

### VERTILGT WIE INSEKTEN

Was ein chemischer Krieg für die Europäer hieße, hat der amerikanische Regierungsberater und C-Waffen Experte Mathew Meselon formuliert: „Selbst ein Gaskrieg geringen Ausmaßes könnte Millionen europäischer Zivilisten töten...“. Um sich in einem konventionell geführten Krieg zu schützen, geht ein Zivilist in einen Keller, bei einem chemischen Krieg wird sein Keller zu einer Gaskammer. Wenn man das Verhältnis von getöteten Soldaten zu getöteten Zivilisten unter verschiedenen Bedingungen berechnet, kommen in einem chemischen Krieg auf jeden getöteten Soldaten zwanzig tote Zivilisten; in einem konventionellen Krieg ist das Verhältnis viel günstiger, und selbst

in einem Krieg mit taktischen Atomwaffen in Europa kämen die Zivilisten noch besser davon. Chemische Waffen sind so etwas wie

### *Schädlingsbekämpfungsmittel gegen Menschen*

Dieser sarkastische Vergleich ist nicht übertrieben. Viele Nervengase sind chemisch mit Insektizid verwandt. Eine ganze Reihe von Nervengasen wurden bei der Suche nach wirksamen Schädlingsbekämpfungsmitteln entdeckt, aber nicht weiterentwickelt, weil die Mittel für einen landwirtschaftlichen Gebrauch zu giftig erschienen. So gelangten sie in die chemischen Waffenarsenale. Außerdem funktionieren einige der C-Waffen, wie beispielsweise die Sprühbombe Bigeye, wie riesige Insektensprays.

Nicht nur Menschen sondern auch alle warmblütigen Tiere und einige Kaltblütler, wie Fische, sind vom Nervengas bedroht. Es gelangt durch die Atemwege oder durch die Haut in den Organismus, wo es sich in den Nervenzellennetzen ausbreitet. Heftige Muskelzuckungen treten auf, die in Lähmungen übergehen. Gegenmittel wie Atropin sind nur in sehr begrenztem Umfang wirksam. Ein Stillstand der Atmung, hervorgerufen durch eine Wirkungshemmung des Enzyms Cholinesterase, führt schließlich zum Tod. Soldaten sind meistens durch Spezialkleidung und Gasmasken geschützt.

Schluß folgt

## PERSONELLES

### Geburtstage

#### Unseren Mitgliedern

Hommen Josef	zum 81. Geburtstag
Klugmayer Karl	zum 80. Geburtstag
Nejedlik Franz	zum 84. Geburtstag
Prasser Maria	zum 85. Geburtstag
Seidl Gustav	zum 82. Geburtstag

herzliche Glückwünsche

und allen im Juli, August und September geborenen Mitgliedern, Bewohnern und Freunden der Kolonie.

### BESCHWERDEPLATZ

Aufgrund von Beschwerden

werden einige Gartenbesitzer ersucht, ihre Hausgärten einigermaßen umweltfreundlich zu gestalten,

werden die Garagenbesitzer in der Hartigstraße auf dem Areal des ehemaligen Haus Nr. 34 ersucht, den Platz vor ihrer Garageneinfahrt in Ordnung zu bringen.

### ES IST UNS AUFGEFALLEN

daß Frau Waltraud Seyfried die Betreuung des Kinderplanschbeckens in der Kolonie liebevoll durchgeführt und dadurch den Kleinkindern im Bereich der Kolonie die Badefreuden für den heurigen sehr schönen Sommer ermöglicht hat. Herzlichen Dank

daß Passanten, die durch die Kolonie kommen, sich lobend über das Aussehen der renovierten Häuser äußern

daß in der Kolonie die Baumscheiben mit Rohrbügel versehen wurden, um ein Befahren mit dem KFZ zu unterbinden

daß die Schillerstraße von der Kreuzung Hartigstraße-Schulweg bis zur Gemeindegrenze Wiener Neudorf mit einem neuen Straßenbelag versehen wurde, der hoffentlich beiträgt, den enormen Verkehrslärm, hervorgerufen durch Lastkraftwagen, einzudämmen.